

## PRIKAZ BOLESTI UZROKOVANIH HRANOM

UZROČNIK	HRANA	POČETAK	SIMPTOMI	PREVENCIJA	UZROČNIK	HRANA	POČETAK BOLESTI	SIMPTOMI	PREVENCIJA
<i>Bacillus cereus</i> Uzročnik povraćanja Uzročnik proljeva	Kuhana ili pržena riža Umaci, kreme, mesna štruca, sušeni paradajz, žitarice, podgrijani grah	1-6 sati 4-16 sati	Povraćanje, mučnina, ponekad proljev  Proljev, grčevi u truhu	Ne držati pripremljenu hranu na sobnoj temperaturi, nakon pripreme staviti u frižder, brzo hladiti, hranu držati na suhom	<i>Shigella</i>	Salate, rezano voće, voda	12-96 sati	Proljev, vrućica, mučnina, povraćanje, grčevi u truhu	Držati se higijene pri pripremi i kuhanju hrane, pravilno hlađenje
<i>Clostridium botulinum</i> (botulizam)	Neadekvatno pripremljena hrana, najčešće kod kuće: dimljena riba, kuhani paradajz, konzervirana	2 sata- 8 dana	Zamagljeni ili dvostruki vid; teškoće u gutanju, govoru i disanju; suha usta, povraćanje, zatvor	Toksin se uništava kuhanjem, kuhati hranu temeljito, ne držati hranu na sobnoj temperaturi, ne koristiti reckane limenke hrane	<i>Listeria</i>	Mlijječ ni proizvodi, neoprano povrće, sirovo ili nedovoljno pripremljena divlač ili domaće uzgojeno meso	1 dan do 3 tjedna	Mučnina, povraćanje, glavobolja, vrućica, zimica, bol u leđima, može uzrokovati pobačaj u trudnica	Samo koristiti pasteurizirane proizvode, ne jesti neoprano povrće ili sirovo meso, temeljito kuhati meso, držati radne površine suhe i čiste
<i>Clostridium perfringens</i>	Neadekvatno grijano ili podgrijavano meso, mesne pite, umaci, podgrijavani grah	6-24 sata	Proljev, mučnina, vjetrovi	Temeljito kuhana hrana, podgrijavati hranu na 74° C, ne držati pripremljenu hranu na sobnoj temperaturi, brzo hladiti, držati u frižderu na 5 ° C ili nižoj tem., držati hranu	<i>Salmonella</i> (ne-tifusna)	Neadekvatno kuhana perad i jaja ili hrana koja ih sadrži, meso, nepasterizirano mlijeko	12-72 sata	Bolovi u truhu, vrućica, povraćanje, mučnina, glavobolja	Temeljito kuhati hranu na 74 ° C, pranje ruku, sanitacija radnih površina i pribora, izbjegavanje križne kontaminacije, propisno čuvanje u
<i>Staphylococcus aureus</i>	Šunka, meso i perad, kremom punjeni kolači, krema od zaslađenih jaja i mlijeka, visoko proteinska hrana	1-8 sati	Grčevi u truhu, mučnina, povraćanje, proljev, glavobolja, slabost, vrtoglavica	Temeljito kuhati hranu, ne držati pripremljenu hranu na sobnoj temperaturi, brzo hladiti, držati na 60 ° c ili višoj temp., ruke moraju biti čiste i bez rana na koži	<i>Hepatitis A</i>	Sirove školjke, zagađena voda, hladna hrana zagađena fekalijama od kontaminiranog djelatnika	15-50 dana	Vrućica, mučnina, žutica, neugodnost? U truhu	Prati ruke sa sapunom, dobra higijena, koristiti hranu iz odobrenih izvora, kuhati poldove mora, koristiti prokuhanu ili
<i>Campylobacter jejuni</i>	Nepasterizirano mlijeko, perad, voda,	1-10 dana	Grčevi u truhu, ( krvavi ) proljev, vrućica, glavobolja	Temeljito kuhati hranu, koristiti prokuhanu ili pročišćenu vodu, piti	<i>Calicivirus</i> ( <i>Nonwalk virus</i> )	Zagađena voda, hladna hrana zagađena fekalijama od kontaminiranog djelatnika, oštige	10-51 sat	Mučnina, povraćanje, proljev, grčevi u truhu, glavobolja, grčevi u mišićima, lagano povišena temperatura	Prati ruke sa sapunom, temeljito kuhati hranu, brzo hladiti, hladiti na 5 ° C ili nižoj temp., držati na 60 ° C ili višoj tem., dobra higijenska praksa
<i>Escherichia coli</i> ( <i>Shiga- toksin</i> )	Nedovoljno kuhana ili sirova govedina, nepasterizirano mlijeko, mekani sir, voda,	10-12 sati	Grčevi u truhu, ( krvavi ) proljev, vrućica, povraćanje	Temeljito kuhati hranu, izbjegavati križnu kontaminaciju, oprati ruke i pribor za kuhanje nakon pripreme sirove hrane, kuhati govedinu na 68 ° C	<i>Vibro cholerae</i>	Sirove školjke i oštige	Nekoliko sati do 5 dana	Povraćanje, brza dehidracija	Koristiti plodove mora iz provjerenog, odobrenog izvora
<i>Giardia lamblia</i> <i>Cryptosporidium parvum</i>	Voće, proizvodi od voća ili voda zagađeni fekalijama	2-25 dana 2-12 dana	Proljev, grčevi u truhu, gubitak na težini, mučnina, lagano povišena temperatura, povraćanje	Koristiti izvore vode koji su klorirani, djelatnici moraju provoditi dobru higijensku praksu, osobnu higijenu, prati sirovu hranu	<i>Scrombroid toxin</i> ( <i>Histamin</i> )	Kada se riba neadekvatno drži ( temperatura-vrijeme), bakterija u njoj proizvodi histamin	1 minuta do 3 sata	Glavobolja, vrtoglavica, vrućina u ustima i grlu, svrbež	Kuhanje neće uništiti histamin, zato je važno koristiti plodove mora iz provjerenog, odobrenog izvora